

## **CARRERA PEDESTRE DE CEUTÍ (Murcia)**

Cartagena a 4 de Mayo de 2015

Hola compañeros, el pasado viernes participé en una bonita carrera de pueblo, de las de antes, con servicios y atención, los necesarios pero con una salvedad, CERO EUROS, gratuita total.

En lo deportivo hago mi reaparición con grandes dudas ante tan corta carrera y tanto tiempo sin competir, además le sumamos un bochorno impresionante con 32 grados en el ambiente, las carreras eran por grupos, mi prueba era de 4350 mtrs en los que invertí un tiempo de 23:43 a un ritmo de 5:16, quedando 3ª VET C. Desde luego no es un gran tiempo, pero tomo como positivo que no ha dolido nada la lesión ni en la prueba ni en días posteriores, que en carreras tan rápidas por mi complexión siempre me cuesta coger el ritmo de la prueba, pero lo más importante es volver a la rutina deportiva con un ambiente bueno entre amigos y amigas de toda la región, la "birrica" de después que nunca falta y poder saborear de nuevo la tensión de la línea de salida.

También corrió el compañero de club Antonio Bernal Cervantes, con un envidiable tiempo de 15:51 a un ritmazo de 3:31, según me comentaba, el corazón se le salía por la boca, pero es que la carrera y el ritmo que imponían era impresionante.

Nada más, nos vemos en la próxima.

Consuelo Caparros Oñate "Ito"